

FORMATION DE PRATICIEN EN GYMNASTIQUE HOLISTIQUE

PROGRAMME DE LA FORMATION

(NIVEAU 1)

Année 2022/2023

Module 0* - 19 novembre 2023

Pédagogie et fondamentaux d'une pratique corporelle en groupe

Module 1- 21-22 janvier 2023

Être debout : axes, verticalité et pesanteur

Module 2 - 18-19 mars 2023 :

Les racines des membres : stabilité et mobilité des ceintures scapulaires et pelviennes

Module 3 - 15-16 avril 2023 :

Les variations d'état tonique

De la détente à la tonicité -De la tonicité à la détente

Module 4 - 10 et 11 juin 2023 :

Du port de tête au bout des doigts

Module 5 - 23 et 24 septembre 2023 :

Équilibre et respiration.

Module de perfectionnement pratique et pédagogique *-

4 jours d'approfondissement consacrés à des mises en situations pratiques :

- Éléments de construction d'un cours
- Choix et enchainements des mouvements
- Déroulement d'une séance
- évaluation

dates à préciser ultérieurement en fonction des dates des congés scolaires d'automne 2023.

Durée du niveau 1 : 105h en présentiel

*Le module initial dispensé en novembre 2022 est un pré-requis pour participer à la formation, si vous n'avez pas pu y participer une autre date sera proposée.

* Si vous avez déjà validé ont déjà le module 0 en 2020 ou 2021 ,il reste acquis.